

## ¿Observa las siguientes prácticas?

✓  
Revisión

### Alimentos

- \_\_\_\_\_ A los niños se les dan alimentos nutritivos tales como frutas, verduras, granos y productos lácteos (leche, queso y yogur) en vez de alimentos que contienen mucha azúcar.
- \_\_\_\_\_ Agua potable está fácilmente disponible durante el día.
- \_\_\_\_\_ A los niños se les sirve jugo en una taza (jugo 100% de fruta o reconstituido). El jugo se limita de 4 a 6 onzas cada día.



### Lavado de Dientes

- \_\_\_\_\_ Los niños se lavan los dientes después de cada comida con una pequeña cantidad de pasta de dientes con fluoruro.
- \_\_\_\_\_ Los niños se enjuagan la boca cuando no es posible lavarse los dientes.

### Prevención de Caries

- \_\_\_\_\_ El proveedor de cuidado siempre tiene al bebé en los brazos cuando le da el biberón.
- \_\_\_\_\_ Los bebés nunca se acuestan a dormir con un biberón o taza infantil en la cuna y nunca se apoya el biberón en la boca del bebé cuando se acuesta.
- \_\_\_\_\_ A los bebés se les da el biberón sólo a la hora de alimentarlos.
- \_\_\_\_\_ A los bebés se les enseña a tomar con una taza infantil cuando pueden estar sentados sin ayuda.
- \_\_\_\_\_ Se le lava los dientes al bebé en cuanto le sale el primer diente (generalmente de 6 a 10 meses de edad).



### Seguridad

- \_\_\_\_\_ Cada niño tiene su propio cepillo para los dientes, marcado con su nombre y de un tamaño apropiado para su edad. No se les permite compartir ni prestar los cepillos para los dientes.
- \_\_\_\_\_ Los cepillos se guardan de tal manera para prevenir la contaminación entre ellos.
- \_\_\_\_\_ Los niños pequeños no llevan los biberones o tazas infantiles con ellos. Esto previene las lesiones a la boca, infecciones del oído y caries.
- \_\_\_\_\_ Cada niño tiene su propia pasta para los dientes. Si se usa una sola pasta para todos los niños, se les da en una pieza de papel limpio.
- \_\_\_\_\_ Los proveedores de cuidado se lavan las manos y usan guantes cuando les ayudan a los niños a lavarse los dientes.



### Si ocurre una emergencia dental en el cuidado de niños

- \_\_\_\_\_ El proveedor de cuidado tiene un plan por si ocurre algún problema/emergencia dental, por ejemplo:
  - Dolor de dientes • Lengua, labio o cachete cortado o mordido • Diente quebrado, mandíbula quebrada • Sangrado persistente después de que se le caiga uno de los primeros dientes.
- \_\_\_\_\_ El proveedor de cuidado tiene un plan para transportar a un niño con una emergencia dental al lugar más cercano de cuidado dental de emergencia.



## Oportunidades de enseñanza para los niños mayores de 2 años de edad

Los maestros promueven el cuidado dental incluyendo temas dentales en el currículum regularmente tales como:

Comer alimentos saludables

Lavarse los dientes

Visitar al dentista

y

Usar un casco cuando andan en triciclo o bicicleta.



## Usted como padre/madre puede ayudarle a su proveedor de cuidado a promover la salud dental haciendo lo siguiente:

- Siempre acueste a su bebé sin biberón o taza infantil, aunque sólo contenga agua. Alimentar al bebé con biberón en la cuna es una costumbre difícil de cambiar.
- Enséñele a su bebé a tomar con una taza cuando pueda estar sentado sin ayuda.
- Incluya información dental en los expedientes médicos que le da a su proveedor de cuidado.
- Déle a su proveedor de cuidado información para comunicarse con el dentista de su hijo en caso de una emergencia. Vea la sección más adelante para encontrar un dentista para su hijo.
- Déle permiso a su dentista de hablar con el proveedor de cuidado del niño cuando sea necesario.
- Déle a su proveedor de cuidado cepillos para los dientes de tamaño apropiado para su hijo.
- Pregúntele al dentista de su hijo si estaría dispuesto a hablar en una reunión de padres sobre la importancia de la salud dental.

## Cómo encontrar un dentista

Academia Americana de Odontología Pediátrica – Encuentre un dentista pediátrico <http://www.aapd.org/finddentist/index.asp>

Asociación Dental Americana – Encuentre un dentista <http://www.ada.org/public/directory/index.asp>

Organizaciones Dentales Estatales <http://www.ada.org/ada/organizations/searchcons1.asp>  
<http://www.aapd.org/about/affiliated.asp>

En dónde encontrar cuidado dental a bajo costo (Instituto Nacional de Investigación Dental y Craneofacial) <http://www.nidcr.nih.gov/HealthInformation/FindingDentalCare.htm>

## Materiales/Organizaciones Adicionales

Academia Americana de Pediatría <http://www.aap.org>

Futuro Brillante en la Práctica: Salud oral <http://www.mchoralhealth.org/pocketguide>

Recomendaciones para emergencias dentales [http://www.nysdental.org/img/pdf\\_files/emerg.pdf](http://www.nysdental.org/img/pdf_files/emerg.pdf)

Instituto Nacional de Investigaciones Dentales y Craneofaciales: Recursos para Niños y Maestros <http://www.nidcr.nih.gov/HealthInformation/KidsAndTeachers.htm>

Centro Nacional de Recursos para la Salud Oral Maternal e Infantil <http://www.mchoralhealth.org>

**Niños Sanos, Cuidado Sano** está basado en publicación, 2da Edición, 2002 (Academia Americana de Pediatría, Asociación Americana para la Salud Pública, y Centro Nacional de Recursos para la Salud y Seguridad en el Cuidado de Niños)

**Renuncia:** Este material es únicamente con fines de referencia y no se utilizará como sustituto de una consulta médica/dental ni para autorizar las acciones de alguien más allá de su certificación, capacitación o habilidad.

## El Dentista de su Hijo